Maximino BARREIRA

Les Affirmations des Signes du Zodiaque

www.barreira-therapies.ch

VISIT…

LANZAROTE
Caliente.com

Les affirmations positives des Signes Du Zodiaque.



**1-
Introduction**

2 -Les forces astrales du zodiaque

3 - Les forces du subconscient

4 - Fiche pratique

5 - Affirmations positives des Signes du zodiaque

6 - Affirmations positives

7 - Energie vital (bonus)

Introduction

La façon de voir, de penser, de parler et d'agir reflète la personnalité de chaque être humain sur Terre. L' univers est une illusion dans la mesure où chacun le voit différemment. Une personne joyeuse et dynamique voit un monde harmonieux et paisible. Une personne triste, déprimée et pessimiste ne voit que le négatif autour de soi. C'est une loi spirituelle et psychologique, essentielle, dans la civilisation. Le ressenti du bien ou du mal dépend comment chacun interprète les événements de la vie.

Ainsi, une situation peut être vécue différemment suivant le point de vue. Les différences viennent de l'éducation, du vécu, de l'expérience de la vie, de l'environnement privé, social et professionnel. De la même manière, la façon d'apprécier ou de détester la vie est forgée par tous les facteurs que je viens de décrire. Selon la programmation, positive ou négative, chacun a plus ou moins confiance en soi ou plus ou moins l' aptitude de réagir aux événements. Pour cela il faudra connaitre la dualité qui signifie qu'il y a le bien et le mal de, tout est double: +positive,- negative. Pour parler avec plus de simplicité, je vais vous raconter un vieux conte chinois.

Un vieil homme vivait à la campagne avec son fils. Ils élevaient des chevaux, mais ils n'étaient pas très riches. Un jour, le fils, dans la foret, capture le plus bel étalon des environs. Toute la population du village vint le voir et tout le monde dit au vieil homme: *Quelle chance, quel bonheur, le ciel te favorise et tu vas être riche maintenant.* Le vieil homme répondit: *Chance, bonheur, richesse, je ne sais pas, je ne connais pas les volontés du ciel.*

Quelques jours plus tard, le fils a voulu dompter l'animal sauvage. Il fit une chute violente et se cassa la jambe. Tout le village est venu aussitôt. *Quel malheur, quelle malchance et en plus ton fils ne pourra pas moissonner ton champ, le ciel t'envoie une dure épreuve...* Le vieil homme répondit: *Malheur, malchance, je ne sais pas,je ne connais pas les volontés du ciel.*

Une semaine plus tard , les sergents recruteurs de l'empereur occupèrent le village et engagèrent de force les jeunes gens en âge de porter les armes sauf le fils du vieil homme car sa jambe était cassée. Après le départ des sergents, le reste du village alla voir le vieil homme en disant. *Quelle chance, quel bonheur, ton fils ne connaitra pas la bataille.* Le vieil homme répondit: *Chance, malchance, bonheur, malheur ne sont que les deux faces de la même médaille.*

La chance et la malchance ne sont que les deux faces d'une seule médaille, il en est de même pour le bien et le mal. Parfois, ce que nous considérons comme un coup dur peut être en fait une bénédiction déguisée qui nous apportera un plus grand bonheur, une plus grande réussite.

La morale de ce conte est que nous sommes tous responsables de notre vie. Pour cela nous devons élargir nos horizons pour comprendre les mécanismes qui conditionnent l'échec ou le succès. Nous avons tous en nous de bonnes dispositions pour mettre en œuvre les mécanismes vers une vie harmonieuse et épanouie, de succès.

De nos jours, chacun de nous se pose les mêmes questions sur les événements qui ont marqué notre vie. Quelles sont les forces qui agissent dans la vie de chaque humain et qui semblent tisser le destin, parfois au détriment de nous désirs ou au succès infini? C'est un vaste sujet auquel beaucoup de courants religieux, mystiques et sientifiques tentent de répondre depuis des milliers d'années.

Pour bien comprendre ce que se passe dans la vie, surtout les interactions qui existent entre les différentes forces présentes dans l'univers.Les premiers humains, au début de l'histoire, se sont tournés vers le soleil, la lune, les étoiles, l'astrologie, puis, vers la philosophie, la religion, et plus récemment la spiratualité, la psychologie et la neuro-science. Mais on va rester sur les forces que l'homme a suivi et développé depuis le début de

notre ère.

Les forces astrales du zodiaque

L'astrologie est l'étude des relations entre les phénomènes de la terre et les phénomènes du systéme solaire, ainsi que la position des signes du zodiaque dans l'univers.Celle-ci nous apporte des informations permettant d'analyser ou de prédire des événements humains, collectifs ou individuels.

Au moment de la naissance, les planètes du zodiaque forment une configuration particulière qui exprime le thème astral de chaque être humain. Les forces astrales agissent avec plus ou moins de force en fonction des différentes périodes de la vie. Les experts d'astrologie s'accordent pour dire que l'étude des astres a commencé il y a plus de 5000 ans. Les astrologues sont divisés sur un point essentiel. Ce point essentiel peut se résumer par la question suivante: le destin d'un etre humain est-il défini dès la naissance?

Depuis plusieurs siècles les spécialistes de la matière s'interrogent sur deux theories: la prédétermination ou le libre-arbitre des êtres. La prédétermination signifie que l'avenir est prédestiné à la naissance, ce que exclut toute notion de libre choix. En résumé, cela veut dire que peu importe nos choix, nos actions, nos actes, le destin est écrit à l'avance dans les astres. Nos actes sont guidés par les astres et l'on ne peut rien faire pour en changer?

La deuxième théorie se traduit de la manière suivante: les astres prédisent l'avenir, mais l'homme choisi son destin. Ils nous adressent des énergies et c'est à nous de les utiliser aux mieux selon nos intérêts, aspirations et croyances. A présent les chercheurs s'accordent à dire que cette théorie est celle qui se rapproche le plus de la vérité. A supposer qu'une seule la vérité puisse exister dans ce domaine? Certains philosophes disent le récit suivant: *Ce n'est qu'au sommet de la montagne que l'on peut s'apercevoir qu'il n'existait pas qu'un seul chemin mais des centaines des chemins différents.*

Pour revenir sur ces deux théories, je veut dire qu'il n'y pas une vérité, mais il y a des vérités. La vérité unique n'existe pas hormis celle des fanatiques, hélas! Pour vous sensibiliser sur les notions de prédétermination et de libre-arbitre et selon mes différentes recherches dans le domaine, la théorie du libre-arbitre est celle que nous permet d' aller vers le succès personnel, la réalisation de soi.

Toutefois, il ne faut pas penser pour autant que le libre-choix soit la seule option valable. Chaque humain doit être humble quand il s'agit de comprendre les grands mystères que sont l'avenir et la préméditation.
Selon les enseignements des astrologues, les astres doivent être considérés comme des guides qui déterminent le cadre de vie. A l'intérieur de ce cadre de vie, le libre-arbitre est total et c'est en fonction de la capacité à utiliser les forces astrales au bon moment qu'on peut atteindre nos objectifs.

Le plus grand secret sans doute de l'astrologie pourrait s'exprimer ainsi. Utiliser les astres comme guide universel et atteindre une harmonisation dans chaque civilisation. Mais pour atteindre cet équilibre il faudra connaitre les aspects positifs et les aspects négatifs de chaque signe du zodiaque. Cet équilibre est indispensable pour parvenir à la réussite. Vous y trouverez dans les chapitres suivants les caractéristiques de chaque signe du zodiaque et les techniques mentales pour créer l'équilibre entre les points positifs et les points négatifs. Mais pour le moment, je doit décrire un point très important avant toute apprentissage.

Chaque individu, un jour ou l'autre, prend la décision de prendre sa vie en main, de connaitre le succès, d'assouvir ses désirs, ses envies sexuelles, trouver l'amour etc.… Souvent on agit mécaniquement sans le savoir pourquoi, car indirectement, nous, êtres humains, sommes tous

conditionnés par notre environnement culturel, professionnel et éducatif. Sans le savoir on est le reflet de notre société actuelle, mais on a le pouvoir de devenir vraiment ce que l'on veut être vraiment, car nous avons tous en nous la force nécessaire pour être maître de son destin.
Pour cela on doit élargir les horizons pour comprendre les mécanismes de notre subconscient.

Les forces du subconscient

Par conséquent, en fonction du degré de connaissance, de l'éducation, du niveau d'études, on est intégré dans une certaine élite sociale et culturelle créant ainsi des modes de pensée, de parler, d'agir et tout autre conditionnement. Cet ensemble de facteurs a des répercutions sur vous et votre entourage dont les relations, à leurs tours, conditionnent votre état d'esprit. On pourrait encore multiplier les exemples à l'infini. Vous avez sans doute compris le principe de l'existence. Toute notre vie est une chaine ininterrompue de causes et de conséquences qui deviennent à leur tour les causes d'autres conséquences.

Les forces du subconscient sont, sans doute, les plus puissantes qui agissent dans notre vie. Et pourtant nous n'avons qu'une faible connaissance de ces forces. Depuis le début de la psychologie moderne, plusieurs chercheurs, sont d'accord pour dire que nous utilisons seulement 10% de notre cerveau, la partie consciente de nos capacités. Le subconscient représente en réalité 90% de notre personnalité et de nos capacités

mentales. Le subconscient est une vraie machine, « un ordinateur super puissant », extraordinaire, dont la mise au point a pris des millions d'années.

Par exemple, tous les jours on respire et nous n'en avons pas conscience parce que le subconscient le fait à notre place. On marche, on bouge ainsi toutes les gestes de tous les jours sans y faire attention. Cela se produit au niveau du subconscient. Ce ne sont que quelques exemples parmi des milliers d'autres magnifiques prouesses qui notre subconscient est capable d'accomplir sans qu'on soit obliger d'y réfléchir. Le subconscient fonctionne comme un grand serveur de données composé d'un puissant disc dur. Avant même la naissance, le cerveau embryonnaire enregistre des centaines de milliers d'informations.

Pendant la gestation toutes les sentiments et émotions de la mère sont transmis et enregistrés par le fétus. Ensuite durant la période de l'enfance, le même va enregistrer biens d'autres. Comme les premiers gestes, les sons, et tous les sens, ainsi commence un grand processus d'apprentissage, de découverte et d'imitation de ces progénitures. Toutes ces expériences vont être enregistrées et cataloguées dans le subconscient. Bonnes ou mauvaises, ces expériences, parfois traumatisantes: les premières punitions, réprimandes, désillusions, chagrins, brimades, situations difficiles sont ainsi enregistrés à vie.

Le subconscient va également abriter d'autres informations comme toutes les croyances, toutes les valeurs qui sont inculquées. Par exemple, le fait de dire qu'on est timide, courageux, bavard, paresseux etc.…ceci va rester encré. Par la suite on adapte des comportements pour rester en cohérence avec les croyances et programmation du subconscient. D'autres attitudes désastreuses peuvent aussi provenir de cette programmation. La tendance à se sentir rejeté par les autres, à ne pas vouloir le bien des autres, à croire que la vie n'est qu'une embuche.

Pour cette raison je souhaite décrire les différentes forces du subconscient. Une partie de ces forces nous poussent vers le succès et l'autre partie du subconscient nous poussent vers l'échec. Encore une fois, cela se passe à un certain niveau, très rarement atteint par la conscience. Les forces subconscientes sont programmées négativement, et c'est le cas pour la plupart des êtres humains sur l'univers.Les suggestions négatives ont pollué le subconscient des êtres en créant des barrières, des limites

mentales qui empêchent d'exprimer tous les potentiels existant en nous. C'est une vérité scientifique et d'une certaine manière espirituel.

Astrologie, espiritualité, phisyque quantique, psychologie, sophrologie et toute étude de la conscience, sont intiment liées par un point commun, le subconscient. Ainsi il est temps de prendre le contrôle du subconscient à l'aide de certaines techniques mentales très simples à mettre en œuvre. Les astres sont des forces qui agissent sur notre subconscient à des niveaux très subtils. Dans le chapitre suivant vous allez découvrir comment utiliser tous les aspects de chaque affirmation du Zodiaque.

Fiche pratique.

Pour parvenir à la magie des affirmations positives, je souhaite vous transmettre la technique mentale des affirmations de chaque signe du Zodiaque. Les affirmations sont un ensemble de mots et de phrases que l'on répète, selon le besoin, de manière automatique. Cette technique permet de saturer le subconscient avec des suggestions positives. Pour chaque période astrologique, vous allez réciter l'affirmation correspondant au signe astrologique associé. Par exemple, vous etes né dans la période du Sagittaire, vous récitez l'affirmation du signe astrologique du Sagittaire. Chaque signe du zodiaque a sa propre affirmation que peut etre venifique à touts les individues. Vous pouvez les pratiquer dans la periode du signe correspond afin d'etre dans sa vibration et sa frequence afin de integrer tous

ces biens faits.

Répétez à chaque période ces affirmations mentalement ou à haute voix le plus souvent possible. Vous pouvez aussi les enregistrer à haute voix sur un magnétophone et les écoutés pendant que vous faite du sport, la marche, dans les transports etc... À un certain moment, vous ne vous apercevez plus que vous récitez ces suggestions. C'est exactement le but recherché.

Jour après jour, ces suggestions deviendront une partie intégrante de la personnalité et cela se manifestera dans la vie de tous les jours. On peut également utiliser la technique des affirmations pour d'autres aspects de la vie que l'on souhaite améliorer. Par exemple, pour améliorer la confiance en soi, on peut construire l'affirmation suivant: « *Tous les jours et à tous les points de vue, j'ai plus en plus de confiance en moi* ».

Le choix des mots n'est pas anodin, les suggestions commencent toutes par « *tous les jours* » ou « *chaque jour je suis de plus….* », cela provient d'une raison essentielle. C'est la façon de s'adresser au subconscient. Dans la psychologie moderne les suggestions positives adressées progressivement au subconscient, permettant une meilleure intégration et d'avoir une vision plus «l*arge* » de l'univers. Ainsi trouvez les caractéristiques de chaque signe du zodiaque pour créer l'équilibre et l' harmonie de toute une vie.

Affirmations positives des signes du zodiaque.



La route du zodiaque commence par le signe artrologique du bélier et se termine par le signe des poissons. La mission sur terre est double. Elle consiste à harmoniser les aspectes Ying et Yang de chaque signe de naissance, mais également celle des autres signes du zodiaques.



Bélier: Du 21 Mars au 20 Avril



Elément: Le feu

Aspect +: Actif, Volonté, Déterminé, Rapide, Energique.

Planète: Mars

Couleur: Rouge

Aspect - : Anxieux, Emotif, Colérique, Impulsif, agressif.

Pierre: Diamant

Métal: Fer

Signes compatible: Sagittaire, Lion. **Opposé:** Balance.

N°de chance: 7

Affirmation du Bélier.

« Tous les jours, j'agis avec volonté et détermination et je travaille à la construction de mes objectifs. Tous les jours, je prend soin d'agir après avoir réfléchi à la conséquence de mes actes. Chaque jour, je suis de plus en plus calme, relaxé et je maitrise de mieux en mieux mes émotions ».

Le bélier est un héro, un guide, un chef et un visionnaire.Le Bélier aurait un bon tempérament si l'impulsivité ne le rendait parfois brusque et distant. Il a une idée toute personnelle de l'orgueil et de la dignité. Il est fidèle, réservé, discret.

Taureau: Du 21 Avril au 20 Mai.



Elément: Terre **Aspect +**: Pratique, Stable, Sensualité, Assimilation, Paisible.
Planète: Venus
Couleur: Vert **Aspect -** : Légèreté, Abus, Jaloux, Possecif, Susceptible.
Pierre: Agate
Métal: Fer **Signes compatible:** Capricorne, Vierge. **Opposé:** Scorpion.
N°de chance: 4, 6.

Affirmation du Taureau.

« ***Tous les jours, je manifeste ma sensualité sans en abuser. Chaque jour j'agis de manière pratique sans chercher à faire vite mais à mon rythme. Je sais que j'ai besoin de possessions matérielles dans ma vie et je déploie mon énergie pour obtenir ses possessions. Chaque jour, je m'aperçois que le sentiment de jalousie a de moins en moins d'importance dans ma vie.*** »

Le Taureau est orgueilleux, mondain et bavard. D'un caractère peu fantaisiste, il a un sens prononcé de la critique et de la pratique. Il ne met l'art en valeur que lorsque celui-ci sert à quelque chose. En amour, la timidité conduit souvent à une réserve exagérée et à la rupture affective.

Gémeaux: Du 21 Mai au 21 Juin.



Elément: Air **Aspect +**: Vivacité, Intuition, Créatif, vif, Communicatif.
Planète: Mercure
Couleur: Jaune **Aspect -** : Confusion, Illusion, Impatient, Curieux, Tendu.
Pierre: Grenat
Métal: Mercure **Signes compatible:** Verseau, Balance. **Opposé:** Sagittaire**.**
N°de chance: 12, 18.

Affirmation du Gémeaux.

« Tous les jours, je fais en sorte de laisser cours à mon intuition. Tous les jours ma vivacité d'esprit se développe et je suis de plus en plus créatif. Chaque jour, je développe ma patience et je me concentre sur la réalité».

Les Gémeaux sont amusants, sociables, connaisseurs, aimants et aimantes. Ils sont poussés à composer en affaires, rapides à mémoriser et constructifs. Libres de liens d'amour ou d'amitié, ils se lient toutefois intensément; leur esprit d'initiative leur font dominer et protéger la personne aimée qui, malgré tout, ne sera jamais l'unique. Avec l'argent, ils sont prudents mais généreux. Attraction extraordinaire vers les Poissons et le Taureau.

Cancer: Du 22 juin au 22 Juillet.



Elément: Eau
Planète: Lune
Couleur: Blanc
Pierre: Perle
Métal: Argent
N°de chance: 5, 40.

Aspect +: Imaginatif, Loyal, Créatif, Intuitif, Sensible.

Aspect - : Lent, Instable, Lunatique, Inconstant.

Signes compatible: Poissons, Scorpion. **Opposé:** Capricorne**.**

Affirmation du cancer.

« Tous les jours et à tous les points de vue, mon imagination me donne des solutions créatives pour améliorer ma vie et celle des autres. Tous les jours, ma capacité à agir plus rapidement se développe et je suis de plus en plus constant dans mes actions ».

Le Cancer est esclave de son tempérament et de ses cycles. Il aime les secrets, il est prudent, énigmatique et réservé. Les femmes sont problématiques, astucieuses et pleines de fantaisie pour échapper à l'amour qu'elles désirent pourtant ardemment. Les hommes sont plus persévérants et, en certains cas, excessivement pointilleux. Ils vivent leurs rapports amoureux avec harmonie et se comportent d'une manière protectrice. Ils ont de multiples occupations et possèdent l'art de se mettre en valeur.

Lion: Du 23 Juillet au 23 Aout.



Elément: Feu **Aspect +:** Courageux, Autoritaire, Idéaliste, Leadership.
Planète: Soleil
Couleur: Jaune **Aspect -** : Orgueilleux, instable, inconstant, dominateur.
Pierre: Rubis
Métal: Or **Signes compatible:** Bélier, Sagittaire**. Opposé: V**erseau**.**
N°de chance: 1, 9.

Affirmation du Lion.

« Tous les jours et à tous les point de vue, mon courage et ma capacité à diriger me rapproche plus prés de mes objectifs. Chaque jour, j'agis avec humilité et avec altruisme».

Le Lion a un caractère énergique, autoritaire et fuyant. Philosophe quand il subit des polémiques et des humiliations, il n'en tient pas rigueur et préfère calmer les esprits par la diplomatie et le pardon. En amour, il est attiré par l'extravagance de l'âme, par un traditionalisme apparent, par le prestige intellectuel et mondain. Il est très sensible au style et à la classe. Les meilleures relations se font avec le Capricorne et les Poissons.

Vierge: Du 24 Aout au 22 Septembre.



Elément: Terre **Aspect +**: Organisation, Serviable, Méthodique, Dévotion.
Planète: Mercure
Couleur: Gris **Aspect -** : Timide, Egoïste, Calculateur, Intolérance, introverti.
Pierre: Jaspe
Métal: Platine **Signes compatible:** Poisson, Capricorne. **Opposé:** Belier, Verseau.
N°de chance: 27, 15.

Affirmation de la Vierge.

« Tous les jours et à tous les points de vue, mon sens du dévouement envers les autres et les services que je rends me portent naturellement vers le succès. En faisant cela, je développe chaque jour un peu plus un grand sentiment de confiance en moi ».

La Vierge est calme au début de la vie, se transforme au cours des années, s'éveille sexuellement et s'éteint immédiatement après sa maturité. Les passions sont sublimées par la diligence, le sens de la famille et la profession. Ils sont attirés par le Lion et par tous les signes qui sont à l'opposé par leur attitude existentielle.

Balance: Du 23 Septembre au 22 Octobre.



Elément: Air **Aspect +**: Justice, Harmonie, Paix, Intelligent, Raffine.
Planète: Venus
Couleur: Vert **Aspect -** : Passivité, Superficiel, Laisser-aller, Indécis.
Pierre: Marbre
Métal: Cuivre **Signes compatible:** Verseau, Gémeaux. **Opposé:** Bélier.
N°de chance: 2, 8.

Affirmation de la Balance.

« Tous les jours et à tous les points de vue, j'agis avec justice et équité. Chaque jour, mon besoin d'harmonie et d'amour est rassasié car j'agis en accord avec les règles célestes. Chaque jour, je développe des pensées d'harmonie».

La Balance, toujours élégante, discrète, persuasive et conciliante, possède l'art de vivre. L'homme est un fascinant séducteur, acteur, hypersensible, intuitif. La femme élabore des embrouillaminis quand elle à la faiblesse de jouer les arbitres dans les disputes des autres, ou quand elle tente de faciliter les choses à son mari qui essaie de réussir en affaires. Incompatibilité avec les signes du Cancer, du Capricorne et du Sagittaire.

Scorpion: Du 23 Octobre au 21 Novembre.



Elément: Eau **Aspect +**: Combatif, Dynamique, Magnétisme, Sexualité, Patient.
Planète: Pluton
Couleur: Rouge **Aspect -** : Excès, Violence, Autoritaire, Provocateur, Rancunier.
Pierre: Topaze
Métal: Fer **Signes compatible:** Poissons, Cancer**. Opposé:** Verseau.
N°de chance: 21, 4.

Affirmation du Scorpion.

« Tous les jours et tous les points de vue je laisse ma personnalité s'exprimer à travers mon magnétisme et ma combativité. En exprimant mon dynamisme à travers mes activités je développe mon contrôle sur mes pulsions. Tous les jours, je prends conscience de ma véritable personnalité qui est l'amour ».

Le Scorpion à plusieurs facettes intellectuelles et émotives. Il ne faut pas chercher à les analyser et il faut les accepter telles quelles, pour ne pas provoquer d'irritation. Face aux ingérences il devien caméléon. En amour, il est timide mais également un peu cruel. Il souffre intimement d'être impliqué dans les disputes suscitées par la jalousie et la luxure ; mais il ne résiste pas à l'érotisme. Pourtant, affectueux, il capitule devant l'autre dans la troisième phase de sa vie. Pour lui, l'amour est plus puissant que l'argent. Le Bélier est son unique adversaire.

Sagittaire: Du 22 Novembre au 21 Décembre.



Elément: Feu **Aspect +**: Compréhensif, évolution, transformation, intuition.
Planète: Jupiter
Couleur: Bleu **Aspect -** : Religiosité, fanatique, instable, naïf.
Pierre: Turquoise
Métal: étain **Signes compatible:** Bélier, Lion**. Opposé:** Gémeaux**.**
N°de chance: 9, 14.

Affirmation du Sagittaire.

« Tous les jours et à tous les point de vue, ma compréhension des choses me permet d'évoluer et de transformer positivement ma personnalité .Tous les jours et à tous les points de vue, mon intuition se développe et me permet d'être plus tolérant envers les idées des autres. A tout moment, je manifeste ma gentillesse et cela me permet de me rapprocher de mes objectifs personnels ».

Les Sagittaires aiment le risque et l'imprévu, ils se fient uniquement à eux-mêmes. En case de collaboration, ils sont sincères mais méfiants. Les hommes sont charitables, intuitifs, délicats et assez fidèles. Les femmes sont influencées par les saisons: l'hiver, elles ont tendance à chercher à tromper et à mystifier la réalité, tandis que l'été elles sont plus sincères et généreuses. Les jeunes Sagittaires doivent affronter des circonstances économiques complexes et difficiles. Ils arrivent à se débrouiller avec tous les signes.

Capricorne: Du 22 Décembre au 19 Janvier.



Elément: Terre **Aspect +**: Raison, Sincérité, Honnête, Spiritualité, Persévérant.
Planète: Saturne
Couleur: Violet **Aspect -** : Solitude, Rétention, Froideur, Interverti.
Pierre: Ambre
Métal: Plomb **Signes compatible:** Taureau, Vierge**. Opposé:** Bélier**.**
N°de chance: 3.

Affirmation du Capricorne.

« Tous les jours et à tous les point de vue, j'agis avec raison en étant sincère avec moi-même. Chaque jour, je prends conscience de ma nature spirituelle et de mon besoin de communiquer et de me rapprocher des autres. Tous les jours, je prends soin à manifester aux autres ma véritable nature et cette attitude permet mon épanouissement personnel ».

On peut dire que le capricorne est capable d'assumer des lourdes responsabilités. Le Capricorne choisit dans la vie le travail et la diligence, associés à son sens de l'épargne. Il y consacrera souvent toute sa vie. Sont favorables pour l'amour les signes du Taureau, de la Vierge et du Scorpion. Les capricornes sont difficiles à forte personnalité, cependant fascinants.

Verseaux: Du 20 Janvier au 18 Février



Elément: Air **Aspect +:** Sociable, Indépendant, Expressif, Adaptabilité.
Planète: Uranus
Couleur: Argenté **Aspect -** : Opportuniste, Changeant, Extrovertie, nerveux.
Pierre: Saphir
Métal: Chrome **Signes compatible:** Gémeaux, Balance**. Opposé:** Scorpion.
N°de chance: 12.

Affirmation du Verseau.

« Tous les jours et à tous les points de vue, je manifeste mon caractère social et cela me permet de cultiver mon indépendance et mes capacités d'expression pour faire face à toutes les situations qui se présentent sur mon chemin. Chaque jour, je poursuis mes objectifs sans changer de cap».

Le Verseau est éclectique, bizarre, artiste, indépendant, travailleur et passionné. Sentimentalement spirituel, il varie dans ses sympathies. Aimant les voyages à l'étranger, c'est là qu'il rencontre la chance. En amour, les Gemmaux lui sont favorables ainsi que la Balance; dans les affaires ce sont les Poissons et le Bélier. Rapports très problématiques avec le Taureau et le Scorpion. Disputes avec le Cancer et la Vierge.

Poissons: Du 19 Février au 20 Mars.



Elément: Eau **Aspect +**: Sensibilité, Bienveillance, Mystique, Imaginatif.
Planète: Neptune
Couleur: Bleu **Aspect -**: Paresse, Mélancolie, Indécision, Anxieux, Émotif.
Pierre: Jade
Métal: Etain **Signes compatible:** Vierge, Cancer**. Opposé:** Lyon, Balance**.**
N°de chance: 11, 5.

Affirmation du Poissons.

« Tous les jours et à tous les points de vue, je laisse exprimer ma sensibilité et ma bienveillance. Chaque jour, je prends conscience de ma nature intérieure et du besoin de mysticisme qui m'anime. Tous les jours, je travaille sans relâche à la réalisation de mes objectifs et je tourne mes pensées vers l'avenir sans regarder sur le passé ».

Les Poissons sont coordonnés, organisateurs, programmateurs, pratiques et positifs ainsi qu'apparemment distraits. Désarmants et susceptibles, ils tentent souvent, intuitivement, de se justifier alors qu'on ne leur en demandait pas tant. C'est un signe abstrait avec une variété typologique allant de l'anticonformisme au scrupule.

Affirmations positives.

Le subconscient est plus intelligent que notre petit moi, « *la partie conscient du cerveau* ».Il connait le moyen de guérir ou la solution à chacun des problèmes. Pour cela il est conseillé de nourrir cette source inépuisable d'informations. Comme prendre soins d'un jardin en apportant de l'engrais, de l'eau et en illuminant les mauvaises herbes. La façon de nourrir le subconscient est de utiliser l'autosugestion positive dans un état de conscience modifiée.

Installez vous confortablement sur votre lit ou votre canapé, respirez calmement et profondément pendant 5 min, faites 20 cycles de respiration complète, inspiration et expiration. Détendez votre corps, videz votre esprit et concentrez vous sur votre respiration et la détente de votre corps. Ressentez vraiment votre corps se detendre et recommencez à nouveau les cycles de respirations en cas de besoin, jusqu'à que votre corps et votre mentale soit complètement détendu. Une fois cet état profond attend répétez 21 fois un des mantras positifs que vous souhaiterez améliorer dans la vie.

Affirmation de la confiance en soi.

« Tous les jours et à tous les points de vue, j'ai de plus en plus de confiance en moi et aussi tous les jours j'agis avec plus de confiance. De cette manière les choses qui me paraissaient difficiles à faire sont de plus en plus faciles à faire pour moi ».

Affirmation d’amour.

« Tous les jours et à tous les points de vue, j’exprime autour de moi ma capacité d’aimer et d’être aimé en retour ».

Affirmation du pardon.

« Tous les jours et à tous les points de vue, je pardonne ceux qui ont pu me nuire dans le passé et je me pardonne moi -même pour toutes les actions qui auraient pu nuire à d’autres personnes ».

Affirmation du bien être.

«Tous les jours et à tous les points de vue, je vais de mieux en mieux. Tous les jours je me sens de plus en plus en harmonie avec mon corps et mon esprit».

Affirmation «Savoir dire non».

« Tous les jours et à tous les points de vue, je suis de plus en plus calme, j’ai de plus en plus de confiance en moi-même, j’exécute de moins en moins les actes que je ne veux pas faire, j’accomplis de plus en plus exclusivement ce que j’ai décidé de faire ».

Affirmation de la maitrise de soi.

Tous les jours et à tous les points de vue, je suis de plus en plus calme, rien ne peut entamer mon sang-froid. Je garde en toute circonstance une parfaite lucidité d’esprit. Je n’ai plus de mouvements d’impatience ou de colère. Je suis toujours en possession de tous mes moyens et les choses qui m’ennuyaient, m’agaçaient, m’irritaient, me laissent dorénavant absolument indifférent calme, très calme ».

Energie Vital.



L'énergie vitale est une force de vie qui anime chaque être vivant sur terre. Nous l'avons en nous et nous baignons dans ces ondes énergétiques en permanence. Pour comprendre cette énergie vitale, il faut comprendre comment fonctionne l'univers. Son existence est sous-tendue par la présence d'une gigantesque force invisible à la puissance inexprimable et immesurable à l'origine du monde tel qu'il est.

En effet ,au début de la création de l'univers , cette énergie a émergé les galaxies, les systèmes solaires, les planètes , la vie sur terre , les minéraux, la première cellule, les végétaux, les animaux , jusqu'à l'homme. Il y aurait une continuité de la naissance de l'univers à notre plus intime cellule qui serait fondamentalement fait de la même substance. Il est évident qu'il à fallu une puissance considérable pour arriver à cette évolution.

Une énergie fondamentale pour traverser les étapes successives de la formation du monde. Par conséquent, pour parvenir à notre apparition, celle du premier homme. Nous sommes tous parcourus par cette énergie vitale de base qui non seulement assure la maintenance de l'univers , mais imprègne la moindre de nos pensées, de nos paroles et de nos actions dont la force est proportionnelle à charge d'énergie dans le corps. Pour en résumer, plus on a d'énergie vitale, plus on a de force pour penser, parler et surtout agir.

Pour se charger de cette énergie vitale, inutile de réciter une formule ou un rituelle. En tout cas sa simple réception ne suffirait pas, mais il convient plutôt d'aborder des conseils concrets de mode de vie sans interférer dans la façon de gérer la routine quotidienne .Une réception

convenable de l'énergie vitale dépend de facteurs physiques qui sont incontournables et que ne remplaceront jamais les exercices de relaxation, meditation et les mantras.

Il faut dans un premier temps, éviter les pertes inutiles d'énergie vitale. Nous sommes tous pourvus d'un capital énergétique à la naissance. Seulement, si nous la gaspillons souvent, nous ne savons pas comment récupérer l'énergie perdue. Les sources de gaspillage sont la fatigue, la maladie, un rythme de vie effréné, une mauvaise alimentation, les épreuves de la vie comme le deuil, séparation, accidents et catastrophes naturelles.

D'autres pertes de énergie encore plus importantes sont les émotions négatives comme, l'envie, colère, haine, violence physique ou verbale et la pire de toutes la jalousie. Certaines pertes sont inévitables, comme le simple fait même de vivre, cela demande une quantité d'énergie considérable. Mais les autres causes comme les émotions négatives sont facilement évitables. Il ne dépend que de nous pour y parvenir, tout en adaptant un autre comportement et des pensées positifs.

Pratiquer régulièrement des exercices de relaxation psycho corporelle et une déprogrammation mentale, sont les meilleures moyens d'avoir le contrôle de soi même et éviter la déperdition d'énergie vitale. Combien de fois on aurai pu éviter de se mettre en colère, de perdre son sang-froid, ressentir la haine, avoir des mauvaises pensées envers les autres etc. … L'énergie vitale a été altérée au cours des années depuis le jour de notre naissance et parfois on se sent fatigué sans aucune raison. À l'aide de quelques conseils vous allez trouvez la vitalité nécessaire pour révéler tous vos potentiels.

Conseils d'attraction de l'énergie vitale.



L'énergie vitale ne s'épuise jamais, elle est éternelle. En revanche notre capacité à l'attirer à s'en charger et à l'utiliser est variable. Elle dépend de facteurs intérieurs et extérieurs. La récupération de l'énergie vitale est fondée sur trois principes.

1- Une bonne hygiène de vie.
2- Une bonne alimentation.
3- Une pratique énergétique.

Une bonne hygiène de vie consiste à avoir un rythme de vie régulier en évitant les excès permanents. Ce que n'empêche pas de temps en temps de faire des écarts, mais ils doivent être exceptionnels et non pas une norme. Ainsi passer une nuit blanche, faire la fêté, manger ou boire plus que d'habitude, mais toujours en gardant le contrôle de vous-même. Toutes ces actions doivent être pratiquées comme un plaisir sans en abuser, d'une part vous ne les apprécierez plus et une hyperactivité permanente ne ferait qu'user prématurément votre énergie vitale.

La bonne récupération psychique et psychologique à un lien important avec l'‘énergie vitale. Une journée est composé de 24 h , vous devez organiser votre temps de travail , loisir ,activités sexuelles, obligations familiales , ainsi que les cycles de sommeil journalier de 7 à 8 heures . Une bonne alimentation permet aussi d'avoir de l'énergie.

Pour fonctionner, notre corps a besoin d'énergie. Et ce sont justement les aliments que nous mangeons qui permettent de la produire. En fait, il se produit une réaction chimique entre l'oxygène que nous respirons et les aliments que nous ingérons. Cette oxydation produit de l'énergie, sous forme de chaleur, qui elle-même permet aux cellules de notre corps de

fonctionner correctement.

Pour savoir quoi manger, il faut commencer par connaître les types d'aliments dont le corps a besoin. Les aliments sont classés dans 5 grands groupes, en fonction de ce qu'ils apportent à l'organisme. Les protéines, les lipides, les glucides, les minéraux et les vitamines. Du l'importance d'une alimentation équilibrée pour répondre à tous les besoins nutritionnels de notre corps. Tout l'organisme travaille activement et nécessite pour cela un grand apport énergétique. C'est pourquoi il est essentiel de manger régulièrement en quantité suffisante et non de manière excessive.

Il est important de bien se connaitre, dans un premier temps avoir une bonne hygiène de vie avec un rythme régulier des ses activités. Avoir une bonne alimentation pour répondre aux besoins nutritionnels et en dernier une pratique énergétique. Je ne le serais de trop de recommander la pratique d'une discipline énergétique telle que la relaxation, la gymnastique douce, le yoga, la Sophrologie, La Reconnexion®, des méthodes asiatiques comme le Reiki, le Shiatsu et Tai Chi Chuan.

On entend par pratique énergétique, thérapie énergétique, et même thérapie manuelle énergétique toute démarche de médecine fictive usant du mot énergie. Le procédé décrit qu'il est tout à fait faisable pour un être humain de véhiculer en lui et d'adresser à une autre personne une énergie. Cette énergie aura pour source l'univers, qui aura la capacité d'apporter le soulagement ou encore d'apporter des états de conscience modifiés. Toutes ces activités psycho corporelles attirent l'énergie de l'univers vers votre corps afin de la renforcer, de garder ou de retrouver une bonne santé, de renforcer les défenses immunitaires et d'accroitre votre longévité.

Les affirmations

positives des Signes du Zodiaque.



En ecrivant cette ouvrage je vous devoile une partie des mes pratiques et methodes que je utilise personnellement dans ma vie de tous les jours, ainsi qu'avec mes pacients. L'application quotadienne de ces téraphies a changé ma vie. Cella m'a permis de connaitre mon potenciel et l'equilibre naturel.

Trouvez l'equilibre naturel qui est en vous!

Maximino BARREIRA

WWW.barreira-Therapies.ch